

VORWORT

006

Einleitung
Tipps für die Tour

01 CHUR-AUFENTHALT

↓ 2.887 M

010

Lenzerheide
Graubünden
38,8 km • 449 hm • mittelschwere Tour

02 FLUH & FLÜELA

↓ 2.447 M

020

Davos
Graubünden
31,5 km • 165 hm • schwere Tour

03 GONDELTOUR

↓ 2.024 M

030

Nauders
Tirol
32,5 km • 559 hm • mittelschwere Tour

04 ÜBER DEN PENKEN

↓ 1.918 M

040

Mayrhofen
Zillertal
27,8 km • 777 hm • leichte Tour

05 PIZ NAIR TRAILS

↓ 1.757 M

050

St. Moritz
Engadin
21,8 km • 328 hm • mittel bis schwer

06 BERNINA-EXPRESS

↓ 2.070 M

060

Pontresina – Poschiavo
Engadin und Puschlav
36,4 km • 395 hm • mittelschwere Tour

07 VILLNÖSS-RUNDE

↓ 2.174 M

070

Brixen
Südtirol
42,4 km • 634 hm • leichte Tour

08 **GONDEL-GIRO**  3.084 M 080
Sexten
Hochpustertal
30,0 km • 559 hm • mittel bis schwer

09 **RONDA DURON**  2.081 M 090
St. Christina
Langkofel/Gröden
33,8 km • 843 hm • mittelschwere Tour

10 **SELLARONDA**  4.225 M 100
Wolkenstein
Dolomiten
43,7 km • 554 hm • mittel bis schwer

11 **UM DEN LATEMAR**  1.543 M 110
Predazzo
Dolomiten
38,8 km • 443 hm • leichte Tour

12 **TRAIL-SCHAUKEI**  2.894 M 120
Molveno/Andalo
Brenta-Dolomiten
29,9 km • 163 hm • schwere Tour

13 **LAKE TO LAKE**  2.892 M 130
Molveno
Trentino
35,4 km • 569 hm • sehr schwere Tour

14 **TREMALZO**  1.906 M 140
Torbole
Gardaseeberge
26,7 km • 288 hm • mittelschwere Tour

15 **MONTE ALTISSIMO**  2.416 M 150
Malcesine
Gardaseeberge
29,3 km • 766 hm • schwere Tour